

令和八年



8月のお知らせ

梅島住区センター



足立区梅島2-14-5 TEL・FAX 03-3849-6374

連日の猛暑日と熱帯夜により、熱中症リスクが非常に高くなっています。冷房の活用とこまめな水分補給を徹底してください。なお、8月の各教室は原則お休みとなります。

【熱中症対策事業】

☆バンパー大会☆

- 開催日時：8月19日(水) 9時～
- 場 所：第一集会室(バンパー室)
- 定 員：30名
- 参加受付：8月5日(水)～

＜事務所にて＞

【熱中症対策事業】

◆卓球大会◆

- 開催日時：8月4日(火) 9時15分～12時
- 場 所：第二集会室
- 定 員：20名
- 参加受付：7月25日(土)～

＜事務所にて＞

#栄養講座b

「歳を取ったら、粗食で良い」は大間違い!!

- 開催日時：8月18日(火)10時～11時
- 場 所：大広間
- 定 員：35名
- 参加受付：8月4日(火)～8月15日(土)

＜事務所にて＞

♪健康イキイキボイストレーニング♪

健康にも美容にも効果あるボイストレーニングです

- 開催日時：8月22日(土) 10:00～
- 場 所：大広間
- 定 員：35名
- 参加受付：8月8日(土)～

＜事務所にて＞

♪住区de団らん♪

ゲーム・クイズ・合唱などで楽しいひとときを!!

- 開催日時：8月25日(火)10時～
- 場 所：大広間
- 定 員：35名
- 参加受付：8月15日(土)～

＜事務所にて＞

★ネイル&ハンドトリートメント◆

ネイリストと一対一の施術となります。

「ネイル」または「トリートメント」を選べます!!

- 開催日時：8月5日(水)9時30分～
- 場 所：第3集会室
- 定 員：4名
- 予約受付：7月25日(土)～

＜事務所にて＞

※健康マージャン ○定員16名の事前予約制に変更し、実施当日に座席の抽選を行います。予約は一週間前16時～。

※バンパー新規参加者募集中!! (月～土曜日：終日開催)

◎8月の教室

日	月	火	水	木	金	土
						1 ■ダーツ練習 (10:00～) (13:00～)
2	3	4	5	6	7	8
休館	書道教室 (10:00～12:00)			民舞おさらい (13:30～15:30)	健康マージャン (13:00～16:00)	ダンス教室 (19:00～21:00)
9	10	11	12	13	14	15
休館		休館		■通信カラオケ (13:00～15:00)	健康マージャン (13:00～16:00)	■ダーツ練習 (10:00～) (13:00～)
16	17	18	19	20	21	22
休館	休館 館内整理日			民舞おさらい (13:30～15:30)	健康マージャン (13:00～16:00)	
23	24	25	26	27	28	29
休館		■卓球クラブ (10:00～12:00)		■通信カラオケ (13:00～15:00)	健康マージャン (13:00～16:00)	
30	31					
休館						

無印は、事前申込生徒のみ。■印は、自由参加。(定員制)

◎【ラジオ体操】は、毎朝(月～土)午前9時30分から実施。

◎【通信カラオケ】・【ダーツ練習】申込は、1週間前より。(定員:16名)

◎【輪投げ】は、『8月4日(火)』のラジオ体操終了後に実施。

◎【囲碁】は、原則毎週月曜日、金曜日の13:00～15:00に実施。なお、8/17(月)は、お休みとなります。

◎【ポッチャ】は、『8月8日(土)10時から』第2集会室にて実施。